

# MIS EJERCICIOS ANTIESTRES. + 80 EJERCICIOS CULTIVAR CALMA



AA.VV.

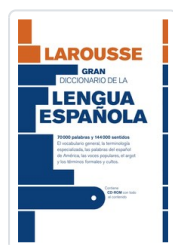
## SINOPSIS

La mejor manera de desconectar, liberarse, dejarse ir y (re)encontrar la armonía. Con ejercicios de todo tipo (acertijos, origamis, mandalas para colorear, modos de relajación, etc.) para que, en función del estado de ánimo o inclinación del momento, pueda llevarse a cabo una pequeña gimnasia mental, o ejercitar la respiración, u optar por una vena más creativa con papel o lápices de colores. ...

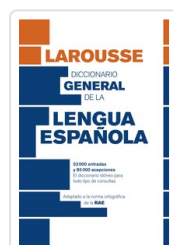


|                      |               |
|----------------------|---------------|
| Editorial            | LAROUSSE      |
| Materia              | AUTOAYUDA     |
| Colección            | LAROUSSE      |
| EAN                  | 9788418100840 |
| Status               | Disponible    |
| Páginas              | 160           |
| Tamaño               | 90x190x12 mm. |
| Peso                 | 172           |
| Precio (Imp. inc.)   | 10,95€        |
| Fecha de lanzamiento | 20/01/2021    |

## Títulos relacionados



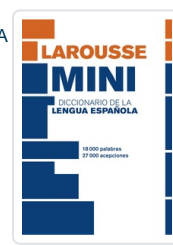
GRAN DICCIONARIO DE LA LENGUA ESPAÑOLA LAROUSSE EDITORIAL



DICCIONARIO GENERAL DE LENGUA ESPAÑOLA LAROUSSE EDITORIAL



DICCIONARIO ESENCIAL DE LA LENGUA ESPAÑOLA LAROUSSE EDITORIAL



DICCIONARIO MINI DE LA LENGUA ESPAÑOLA LAROUSSE EDITORIAL